مٹن کنہ

اجزاء

شوربہ

بکرے کا گوشت1 کلو

گھی۱ کپ پیاز کٹی ہوئی2 – 3 عدد

ادرک لہسن کا پیسٹ1 کھانے کا چمّچ

پسی ہوئی لال مرچ1 چائے کا چمچ

پسی ہوئی کشمیری لال مرچ1 چائے کا چمچ

ہلدی پسی ہوئی1 چائے کا چمچ

ثابت دھنیا1 چائے کا چمچ

نمک حسبِ ذائقہ

پسا ہوا زیرہ1 کھانے کا چمّچ

پانی حسبِ ضرورت

دہی½ کپ

جائفل پاؤڈر½ چائے کا چمچ

پسی ہوئی جاوتری1 چٹکی

گرم مسالہ1 کھانے کا چمّچ پسی ہوئی الائچی1 چٹکی

پانی ملا ہوا آٹا/میدہ

آٹا2 کھانے کا چمّچ پانی2 کھانے کا چمّچ

تڑکے کے لیے:

گھی 1 کپ

شاہی زیرہ 1 چائے کا چمچ

ترکیب

ایک پتیلے میں گھی ڈال کر گرم کریں۔ اب اس میں کٹی ہوئی پیاز ڈالیں اور فرائی کرلیں جب تک نرم ہوجائے۔

اب مٹن کو ڈال کر بھونیں۔

اب اس میں ادرک لہسن کا پیسٹ ڈالیں۔

پھر پسی ہوئی لال مرچ، کشمیری لال مرچ، پسی ہوئی ہلدی، ثابت دھنیا، حسب ذائقہ نمک، گرم مسالہ ڈال کر اچھے سے بھون لیں۔

اس کے بعد پانی شامل کریں اور ابال دیں۔ ابال آنے کے بعد ڈھکن ڈھانک کر تب تک پکائیں جب تک گوشت گل نہ جائے۔

اب دہی شامل کرکے اچھے سے مکس کریں۔

اس کے بعد میدے کو پانی میں ملا کر اس کا مکسچر بنالیں اور وہ بھی ڈال دیں اور چمچ سے اچھی طرح ہلائیں۔

اب جائفل، جاوتری، گرم مسالہ، پسی ہوئی الائچی ڈال کر اچھے سے مکس کریں اور ڈھکن ڈھانک کر ہلکی آنچ پر پکائیں۔

تڑکے کے لیے:

ایک فرائنگ پین میں گھی ڈال کر گرم کریں پھر اس میں زیرہ ڈال کر بھونیں۔

پھر تڑکے کو گریوی پر ڈالیں۔

مزے دار مٹن کٹّا تیار ہے۔

0307-8162003